

# Colloque "Football et Recherche"

**La préparation mentale au sein des équipes professionnelles :  
Des savoirs qui intéressent, une présence qui inquiète. Et pourtant...**

**TRAVERSE Cécile,  
Docteur d'Université STAPS**

## **Objectif :**

L'intervenant en psychologie du sport (psychologue, préparateur mental) tarde à s'imposer au sein des staffs des équipes professionnelles. Quelles sont les raisons qui peuvent expliquer cette réalité ? Que pensent les entraîneurs de ce type d'intervention ? Les joueurs qui travaillent ce versant dans le but d'optimiser leur performance partagent-ils l'opinion de leurs entraîneurs sur le sujet ? L'objectif de cette présentation est de voyager au cœur de ces questions afin de mieux comprendre les incompréhensions voire les méconnaissances qui rendent difficiles une réelle rencontre entre les staffs d'équipes professionnelles et les intervenants en psychologie du sport.

## **Résumé :**

A la question d'un journaliste s'étonnant de la présence d'un intervenant en psychologie du sport au sein du staff de l'équipe professionnelle de l'ESTAC, Benjamin Nivet répond : « *Il y a 20 ans, aucune équipe n'employait un nutritionniste ou un préparateur physique, que je sache, tout le monde s'y est mis* » (libération, 19 Décembre 2005, p.24).

Que penser de sa remarque aujourd'hui ? S'il faut avouer que les Centres de Formation des clubs professionnels, soucieux du « parcours de vie » des jeunes (Bouchetal & col, 2006 ; Levêque, 2008), apparaissent de plus en plus ouverts à la présence de ce genre d'intervenant au sein de leur structure, les équipes professionnelles demeurent quant à elles réticentes. En effet, l'arrivée de cet acteur au sein des staffs ne concerne que des expériences isolées issues d'entraîneurs intéressés par la psychologie du sport et ayant développé leurs connaissances sur le sujet ou de situations quasi désespérées, l'intervenant en psychologie du sport apparaissant alors comme le dernier recours... Il serait aisé de considérer le système sportif comme seul responsable de cet état de fait. Après 10 ans d'intervention auprès des footballeurs, force est de constater que les joueurs sont les plus faciles à apprivoiser, les plus avides de connaissance sur eux-mêmes et sur leur rapport à la performance, en vue d'optimiser l'utilisation de leurs compétences. Les méfiances viendraient plutôt des autres acteurs. Entraîneurs, membres des staffs (technique ou médical), Présidents, dirigeants semblent assez peu décidés quant à la mise en place d'un tel travail. Cependant, pouvons-nous leur en vouloir ? Quelles sont leurs craintes vis à vis de ce rôle ? N'apparaissent-elles pas justifiées ? De notre côté, avons-nous véritablement agi de manière à clarifier nos modes d'interventions ? Sommes-nous réellement explicites sur ce que nous pouvons leur apporter où sommes-nous davantage soucieux de défendre des méthodes, des techniques... afin de légitimer notre existence? Lors du séminaire de l'INSEP d'avril 2001 intitulé « Préparation mentale et sport d'élite », Makis Chamalidis débute ainsi son intervention : « *Si l'importance du « psychologique » et du « mental » dans le sport est devenu une évidence, un besoin très fort apparaît, aujourd'hui, de la part des entraîneurs et des athlètes « d'y voir plus clair » dans la multiplicité des approches et des techniques d'accompagnement et de préparation* » (p.40). Est-il raisonnable de penser, 8 ans après, que les entraîneurs « voient clair » pour reprendre son expression ? J'ai bien peur que non. Au cours de cette présentation, nous discuterons des opinions des entraîneurs (Ligue 1, Ligue 2) sur les intervenants en psychologie du sport. Les uns nous feront partager les raisons qui les poussent à intégrer ce type d'acteur au sein de leur staff. Les autres nous expliqueront pourquoi ils ne souhaitent pas se ranger à ce mode de fonctionnement.

En parallèle, nous disposerons des témoignages de joueurs professionnels ayant fait de la préparation mentale un élément incontournable de leur performance. Ils nous diront ce que la découverte de tels savoirs leur a apporté tant dans leur vie de sportifs de haut niveau que dans leur vie d'hommes. Au vu de leurs récits, il semble déraisonnable de se priver d'un tel apport. Si le joueur est véritablement placé au centre du système, n'avons nous pas le devoir de lui permettre l'accès à ce champ de connaissances ? Le Centre de Formation serait-il le seul lieu autorisé à aborder ces questions, le passage en pro interdisant toute interrogation sur les aspects mentaux ? Le joueur pro serait donc un être complet... parfait... N'est-ce pas là ce que certains voudraient plutôt nous faire croire ? A cette époque, où seul l'argent véhiculé par le football attire l'attention, je regrette que le joueur ne soit pas davantage considéré comme un être faillible... humain. Les staffs mettent fréquemment en avant le souci du détail, mais sommes-nous bien certains d'accorder l'attention nécessaire à ce qui n'en est pas ? (Riedrich, 2004) Le mental serait-il uniquement le concept recours des conférences de presse destiné à expliquer contre performance, doute et méforme... ? Au vu des témoignages des joueurs s'étant ouverts à ce mode d'intervention, cela semblerait hautement réducteur voire regrettable. Les multiples bénéfices que ces joueurs soulignent suffisent à eux seuls à crédibiliser ce travail et à susciter l'espoir d'une plus grande ouverture des entraîneurs en vue « d'accueillir » les intervenants en psychologie du sport au sein de leur staff. Le moment serait vraisemblablement venu de nous rencontrer. En espérant qu'à la longue, nous ayons l'occasion de leur démontrer que notre présence peut aussi s'avérer... rassurante.

**TRAVERSE Cécile,**  
Docteur d'Université STAPS